

# **A IMPORTÂNCIA DA GINÁSTICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, NA VISÃO DOS DOCENTES**

Luana França Dalla Nora

Amanda Diangelis Marques Taugen

Maria Cristina Chimelo Paim

Universidade Luterana do Brasil – ULBRA campus Santa Maria

luana.francadallanora@gmail.com

## **RESUMO**

O presente estudo tem como objetivo conhecer os aspectos didáticos trabalhados pelos docentes da área de Educação Física, no que se refere a Ginástica no meio escolar. Como instrumento de Coleta, utilizou-se um questionário aberto. Fizeram parte da amostra 4 professores de Educação Física da cidade de Santa Maria e região. Os dados foram classificados em grupos de respostas, para assim responderem os objetivos do estudo, são eles: conhecimento sobre a ginástica, importância da ginástica e dificuldades encontradas para o desenvolvimento das aulas. De acordo com a análise dos dados relatados pelos professores de Educação Física, pode-se inferir que: os professores entrevistados possuem bom conhecimento sobre o conteúdo ginástica, em especial ao que se refere a ginástica geral. Que a ginástica deve ser desenvolvida nas aulas de Educação Física escolar, não somente como alongamento, pois é um conteúdo que trabalha o corpo inteiro de forma harmônica e que proporciona bem-estar e muitos outros benefícios para os alunos. Uma das dificuldades relatadas por alguns dos professores é a falta de materiais para a realização das aulas, além da resistência e a falta de interesse dos alunos em realizar as atividades. Logo, evidencia-se que a Ginástica é um conteúdo importante e interessante de ser trabalhado nas aulas de Educação Física, pois proporciona vários benefícios para os alunos, tanto na forma física, psicológica e para a autoestima, desenvolvendo a consciência corporal e do movimento, bem como a socialização, a cooperação entre os alunos, a valorização e a conscientização dos limites de cada um.

**Palavras-chaves:** Ginástica; Importância; Ambiente escolar.

## **INTRODUÇÃO**

A Ginástica, as danças, os jogos, as brincadeiras e os esportes agregam a Educação Física Escolar (Soares et al., 1992). Todos são de grande importância para área, portanto, carecem de ser estudados. Pretende-se nesse estudo, focar a Ginástica como tema a ser abordado na Educação Física escolar. A realidade da Educação Física Escolar, a ginástica não tem sido trabalhada de forma satisfatória. Vários fatores contribuem para essa realidade um

fator relevante para a ausência e a falta de conhecimento dos professores da ginástica em meio escolar, é o desconhecimento, por parte dos professores dos seus benefícios e também das diferentes modalidades. Com base no discutido elegeu-se como objetivo do estudo, verificar qual a visão que os professores da Educação Física Escolar de Santa Maria e região têm sobre a importância do conteúdo de Ginástica nas aulas de Educação Física.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A Ginástica é uma prática corporal que existe a muito tempo, e vem se adaptando e sofrendo mudanças ao longo dos anos. Atualmente há sete modalidades de Ginástica reconhecidas pela FIG - Fédération Internationale de Gymnastique (2007): Ginástica Geral, Ginástica Artística Masculina, Ginástica Artística Feminina, Trampolim, Ginástica Rítmica, Ginástica Acrobática e Ginástica Aeróbica Esportiva. De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's, 1997), a Ginástica Geral, e de caráter integrativo e não tem como objetivo principal a competição como as demais modalidades, tornando-se dessa forma uma modalidade de ginástica interessante de ser trabalhada no ambiente escolar, pois ela auxilia no desenvolvimento das crianças e adolescentes, colaborando nos valores. A Ginástica Geral traz benefícios para o desenvolvimento humano, desperta a criatividade, o senso crítico, a socialização, a interação, a integração, e o desenvolvimento motor, físico, mental e cognitivo dos alunos. Assim, beneficia o desenvolvimento integral como seres humanos e traz uma melhor qualidade de vida. É uma modalidade que tem como característica principal a integração dos alunos, sem discriminação e preconceitos, desta forma, todos podem participar pois ela não é voltada à competição. É importante a presença da Ginástica no ambiente escolar, pois ela estimula a reflexão e ajuda na integração dos alunos.

A Ginástica é um conteúdo da Educação Física que deve ser trabalhado em todas as escolas, pois trata de um conteúdo importante à ser trabalhado no meio escolar, pois proporciona ao professor e ao aluno experiências e vivências diversas e com infinitos movimentos corporais, além de ser uma maneira de conscientizar o corpo, buscando trabalhar os diferentes músculos e articulação do corpo humano, melhorando o condicionamento físico e autoestima. Pedron, Gusmão e Azambuja (2017) se referem em sua pesquisa ao benefício da atividade física como: na prática de atividade física que se fundamenta a manutenção da saúde e de qualidade de vida.

## **METODOLOGIA**

Fizeram parte da amostra, 4 professores de Educação Física Escolar de Santa Maria e região. O instrumento utilizado foi um questionário com questões abertas sobre a Ginástica Escolar. Analisou-se o conteúdo conforme as respostas de cada professor de Educação Física. Os dados foram classificados em grupos de respostas, para assim responderem os objetivos do estudo, são eles: conhecimento sobre ginástica, importância da ginástica e dificuldades encontradas para o desenvolvimento das aulas.

## **APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS**

De acordo com a análise dos dados, relatado pelos professores de Educação Física pode-se inferir que: os professores entrevistados possuem bom conhecimento sobre o conteúdo ginástica, em especial ao que se refere a ginástica geral. Como o exposto abaixo: Dois dos professores disseram que a ginástica é uma maneira de conscientizar o corpo e executar determinados movimentos corporais. Um deles ressaltou que através dos movimentos da ginástica busca-se trabalhar os diferentes grupamentos musculares e articulações, com a finalidade de melhorar o condicionamento físico dos praticantes. Outro salientou que a ginástica em âmbito escolar é mais utilizada em forma de alongamento antes das atividades principais da aula. Quando questionou-se sobre a importância da ginástica verificou-se foi relatado que a ginástica deve ser desenvolvida nas aulas de Educação Física escolar, não somente como alongamento, pois é um conteúdo que trabalha o corpo inteiro de forma harmônica, além de auxiliar no desenvolvimento da corporeidade dos educandos. Três dos professores salientaram que a ginástica prepara o corpo para a prática de outros conteúdos, como no caso dos esportes, entre outros, além do aluno, através da sua vivência na ginástica, adquire consciência do seu corpo e dos seus limites. Quanto as dificuldades encontradas, os professores relataram que: falta materiais, há muita resistência dos alunos em sair dos esportes coletivos. Segundo Oliveira (2016), Outra dificuldade encontrada pelos professores é a esportivização da Educação Física., ou seja, percebemos que os professores devem procurar alternativas diferentes e dinâmicas para estimular os alunos e saciar a falta de recursos materiais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo do estudo foi verificar qual a visão que os professores da Educação Física Escolar de Santa Maria e região têm sobre a importância do conteúdo de Ginástica nas aulas de Educação Física. A partir dos resultados, pode-se inferir que a Ginástica é composta por movimentos que se tornam uma série de exercícios que podem ser realizados com aparelhos de pequeno, médio e grande porte ou até mesmo sem nenhum tipo de aparelho, assim desenvolvendo e possibilitando diferentes experiências e movimentos corporais. A Ginástica é um conteúdo importante e interessante de ser trabalhado nas aulas de Educação Física, de acordo com Pereira, Andrade e Cesário (2012) esta disciplina está para além do físico tão só, do biológico. E proporciona vários benefícios para os alunos, tanto na forma física, psicológica e para a autoestima, desenvolvendo a consciência corporal e do movimento, bem como a socialização, a cooperação entre os alunos, a valorização e a conscientização dos limites de cada um. Nossos achados corroboram com Figueiredo, Felinto e Moura (2012), no que se refere a ginástica escolar como conteúdo nas aulas de Educação Física, a qual vem ao longo dos anos perdendo seu valor pedagógico, sendo substituída por outras modalidades no ambiente escolar em todo ensino básico.

## REFERENCIAL BIBLIOGRÁFICO

BRASIL. Ministério da Educação. PCN's. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física/Secretaria de Educação Fundamental**. Brasília: MEC/SEF, 1997.

FIGUEIREDO, Sara Maria Teles de; FELINTO, Thiago Tavares; MOURA, Marla Maria Moraes. **A Ginástica no contexto escolar: da evolução histórica à prática atual**. III Congresso Nacional de Educação Física, atividade física, educação e saúde, Campina Grande-PB, 2012. Disponível em: [http://editorarealize.com.br/revistas/conaef/trabalhos/Comunicacao\\_55.pdf](http://editorarealize.com.br/revistas/conaef/trabalhos/Comunicacao_55.pdf)

PEDRON, Fabiana de Oliveira; GUSMÃO, Guilherme; AZAMBUJA, Roger. **Ginástica na melhoria da auto estima**. SIEduca ULBRA, 2017. Disponível em: <https://www.ulbracds.com.br/index.php/sieduca/article/viewFile/1092/200>

PEREIRA, Ana Maria; ANDRADE, Thaís Nogueira de; CESÁRIO, Marilene. A produção do conhecimento científico em Ginástica. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v.10, n.Especial, p.56-79, dez.2012.

OLIVEIRA, Helen Cristina Patrício. **O conteúdo da ginástica na Educação Física Escolar no Ensino Fundamental e Médio em escolas estaduais de Forquilha/SC.** Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade do Extremo Sul Catarinense, 2016, 11 p.

SOARES et alli. **Metodologia do ensino da educação física.** São Paulo: Cortez, 1992.